

# Wer bin ich?



Diese grundlegende Frage ist so alt wie die Menschheit, gleichzeitig taufersch und aktueller denn je. Egal wo Du im Leben gerade stehst, dieses Retreat gibt dir die Möglichkeit, mit beiden Beinen am Boden Deine tiefsten menschlichen und seelischen Bereiche zu entdecken.

Im Awareness Intensive wird traditionelle Zen Koan Meditation, mit der modernen in der Psychologie praktizierten Gesprächsstruktur vereint.

Ein Koan ist kein Rätsel das gelöst werden soll, ein Koan ist ein Anker, der Dir hilft, Dich hier und jetzt, auf was auch immer da ist einzulassen. Dich und das Leben anzunehmen und mit allen Sinnen zu erleben. Das kann verspielt, humorvoll, mysteriös, herausfordernd, schillernd oder kraftvoll sein. Diese Arbeit spricht alle Bereiche Deines Lebens an, damit Du kreative Möglichkeiten entwickeln kannst die Schönheit eines jeden Momentes zu erleben und mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen. Zufriedenheit weit ab von was ich mag oder nicht.

Der „Grund Koan“ ist die Frage nach dem „Wer bin ich?“ das gibt Dir das Fundament.

Wer nimmt all dies wahr?

Wenn Du einen tieferen Sinn dafür entdeckt hast, oder einen Geschmack davon, nicht mit deinem Kopf oder dem Verstand, eher mit Deinem innersten Sein, gibt es weitere „Lebens Koans“, wie zum Beispiel:

Was ist Liebe?

Was ist Freiheit?

Was ist Vertrauen?

Was ist Entspannung?

Was ist Bewusstsein?

Was ist Sexualität? und viele mehr.

Diese Arbeit ist kein Fastfood, es ist eher ein delikates Essen, ein fünf Gänge Menü für Geniesser.

Apropos Essen, für all Deine Bedürfnisse wird bestens gesorgt.

Leckeres Vegetarisches Essen, Aktive und Stille Meditationen, Bewegung, Tanz und Ruhe wechseln im Tagesablauf. Du musst Dich um nichts kümmern, kannst komplett loslassen und hast alle Deine Energie frei für Deine Selbsterforschung.

Während des Retreats wirst Du, ausser bei der Arbeit mit Deinem Koan, in Stille sein und keinen Kontakt nach aussen haben. Sollte Dir das nicht möglich sein informiere uns bitte vorab, um eine Möglichkeit für Dich zu finden.

Wer sich nach wirklicher Stille sehnt, mehr Weite und Klarheit in sein Leben bringen möchte, wer lernen möchte besser und klarer zu Kommunizieren und zuzuhören, wer seine wahre Natur entdecken und in den Alltag integrieren möchte die/der sei eingeladen mit uns zu sitzen und die Wahrhaftigkeit des Momentes in tiefer Verbundenheit zu erleben und mit anderen zu teilen und unbeschreibliches zu erleben und zu erfahren.....

Ein Abenteuer Dich selbst zu entdecken und lernen achtsam und authentisch Du selbst zu sein.

Ort: 14656 Brieselang, Zur Grünen Oase 1  
[www.stutenmilchfarm.de](http://www.stutenmilchfarm.de) / 033 21 744 880 Elvira Hagen

Datum: 18.-22.10.2020  
Anreisen am 18.10.2020 ab 14:00 Uhr möglich, Seminarbeginn 16:00 Uhr.  
Abreisezeit: 22.10.2020 ca. 15:00 Uhr

Preis € 420 Kurgebühr inkl. Verpflegung plus  
ca. 100€ - 120€ Unterkunft an das Seminarhaus je nach Zimmerwunsch.  
Zimmerreservierung: [info@stutenmilchfarm.de](mailto:info@stutenmilchfarm.de) / 033 21 744 880 Elvira Hagen

Wenn du von der Corona Krise direkt betroffen bist und du es dir Finanziell nicht leisten kannst dabei zu sein Spreche bitte mit uns, wir haben ein paar wenige Plätze frei um Dir im Preis entgegen zu kommen.

Wir möchten das so viele Menschen wie möglich an diesem bereichernden Prozess teilnehmen und deshalb werden wir zusammen einen Weg finden um es dir zu ermöglichen dabei zu sein.

Marga Susanne Reinke  
Ist Körpertherapeuten, Rebalancing seit über 30 Jahren.  
Lehrt und unterrichtet mediations Retreats international.  
Gründerin der Firma HumanAnimalTrust,  
MenschTierKommunikation, Coach, Zen Mediations  
Instrukteurin, Malerin, veranstaltet Seminare und  
fortlaufende Gruppen für Frauen und meditatives  
malen mit den eigenen Pferden.



Ramananda Rainer Weber,  
Heilpraktiker seit 1998 in eigener Praxis.  
Arbeitet mit Akupunktur, Shiatsu und Craniosacraler  
Osteopathie. Leitet Kurse zu Achtsamkeit, Kommunikation  
und Meditation, in Schulen, Firmen und in Eigenregie. Ist als  
Kursleiter für Awareness Intensive Retreats ausgebildet und  
verfügt über viele Jahre eigener praktischer Erfahrung im  
erleben und leiten der Methode.  
Natur und Musik sind weitere wichtige Elemente in seinem  
Leben.

Weitere Infos und Anmeldung:

[marga.reinke@online.de](mailto:marga.reinke@online.de) oder  
[mail@ramananda.de](mailto:mail@ramananda.de)